

Утверждено
 Бизнес Кансалтинг
 Кортоножко Е.Ю.

Согласовано:
 директор И.О.В. Куркина

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

23.09.22

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб. блюдо		вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Y	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Вариант 10
 Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельмана, - 2017г. 544с.; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

Под редакцией В. Т. Лапшиной. - М. 2004. - 640с.; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник, М., ДеЛи Принт, 2008. - 276с. Смурутин И.М., Тутельман В.А.

313	молодые клубничные варенье	2%	100	100	10,58	4,57	4,52	4,05	8,05	115,30	115,30	115,30	3,74	3,74
305	рис припущенный	20	150	3,60	9,00	9,00	35,70	35,70	35,70	199,95	199,95	199,95	0,00	0,00
292	чай с сахаром	1%	200	0,07	0,07	0,02	15	15	15	60	60	60	0,3	0,3
701	клубничное варенье	5,8	30	1,54	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	29,80	29,80	0,00	0,00	0,00
538	сироп березовый (альфа)	1%	200	0,13	0,00	0,00	10,00	10,00	38,67	467,13	467,13	467,13	1,47	1,47
576	сливо	84,30	570	48,92	15,02	14,26	79,43	84,77	433,72	5,50	5,50	5,50	5,50	5,50
	Норма завтрака по СанПиН 18-22.5-2017		600	18,22,5	19,19,5	18,25	79,87,75	79,87,75	179,43,75	5,4,6875				
	Всего за 10 дней		5275,00	150,02	196,37	190,25	470,41	470,41	524,88	4779,52	4779,52	4779,52	32,29	32,29
	Средняя суточный рацион		527,5	15,02	19,63	19,02	47,04	47,04	52,48	477,95	477,95	477,95	3,22	3,22

Норма завтрака по СанПиН 18-22.5-2017	580	15,87,5	16,25	16,25	60,87,75	60,87,75	140,57,5	140,57,5	51,680
---------------------------------------	-----	---------	-------	-------	----------	----------	----------	----------	--------

Получено: И.О.В. Куркина